

## La atención de los alumnos al profesor

María Rosa Espot y Jaime Nubiola

La anhelada eficacia en el quehacer diario de una persona va muy unida a la atención que es capaz de poner en sus tareas. Cuánto dura el período de atención de los alumnos en el aula es una cuestión de interés — y de preocupación creciente— para los profesores. Sin atención, no hay concentración. Por lo tanto, el aprendizaje se resiente negativamente. El problema de la falta de atención es un mal frecuente y generalizado en las aulas escolares de la sociedad actual; un mal con el que los profesores tenemos que bregar todos los días. La falta de atención es una de las principales causas del fracaso escolar.

Según la filósofa francesa Simone Weil (1909-1943) —escribe María del Sol Romano— "la atención no se limita a posturas físicas o gestos". Es decir, poco tiene que ver con un esfuerzo muscular. La atención, como la entiende Weil, es central en todos los ámbitos de la existencia humana, pues, "es la clave para una relación auténtica con la realidad". La atención —explica Romano— crece con un auténtico deseo de la *verdad*.

La falta de atención impide la hondura necesaria para llegar a la *verdad*, a la realidad. Esta carencia hace que la persona viva en la superficialidad. La multitarea tan en boga en nuestros días y el afán de obtener respuestas inmediatas a los problemas y a las preguntas, tan arraigado en los jóvenes de hoy hacen muy difícil la concentración porque uno se queda en la superficie. Transcribimos una cita de Simone Weil:

*"La atención consiste en suspender el pensamiento, en dejarlo disponible, vacío y penetrable al objeto, manteniendo cerca del pensamiento, pero en un nivel inferior y sin contacto con él, los diversos conocimientos adquiridos que deban ser utilizados [...]. Y sobre todo el pensamiento debe estar vacío, a la espera, sin buscar nada, pero dispuesto a recibir en su verdad desnuda el objeto que va a penetrar en él".*

La atención implica en primer lugar vaciar el pensamiento, deshacerse del ruido interior y demás distracciones para dar paso a una

mirada *cuidadosa, detenida y paciente* al objeto (un concepto, un problema matemático, una traducción, una circunstancia, una realidad). Desarrollar la capacidad de atención, "saber estar atentos", requiere un aprendizaje y el mejor medio para lograrlo es mediante los estudios. En este sentido, el papel del profesor resulta clave para ese aprendizaje.

¿Cómo enseñar a los alumnos a vaciar el pensamiento?, ¿cómo ayudarles a protegerse del incesante ruido que les rodea?, ¿cómo hacerles conscientes de la ineficacia que origina la continua multitarea?, ¿cómo ayudarles a descubrir el valor de la espera? Encontrar la respuesta de estas cuestiones es encontrar la vía para ayudarles a desarrollar su capacidad de atención y en consecuencia acrecentar su anhelada concentración en los estudios.

### **Origen de la inatención en las aulas**

Las causas de la falta de atención en el aula son diversas: psicológicas, orgánicas, emocionales. Una causa frecuente de la falta de atención detectada por los profesores en las primeras clases de la mañana, es el ir a clase sin desayunar. Sus efectos en la capacidad de atención y concentración no es una cuestión baladí. Los expertos aseguran que un adecuado desayuno mejora el rendimiento escolar. Sin embargo, "entre el 20% y el 40% de los niños van al colegio sin desayunar, según datos de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) y no solo eso, más del 50% de ellos no hace un buen desayuno". Son alumnos en ayunas con poca energía —muy probablemente por un bajo nivel de azúcar en sangre—, alicaídos, con dificultades para atender en clase; les cuesta seguir el ritmo marcado por el profesor y seguido por sus compañeros, incluso algunos se marean en clase, otros pueden llegar a dormirse en el aula.

La falta de atención de los alumnos en clase suele afectar negativamente a su comportamiento dentro del aula. Cuando el alumno no atiende al profesor, el estudiante pierde el hilo de sus explicaciones, las *lagunas* o información desconocida cada vez son mayores. En estas condiciones el aprendizaje es muy difícil, por no decir imposible. Entonces el alumno desconecta de la clase, pero no de sus compañeros con los que intenta comunicarse y entretenerse hasta finalizar la clase, desencadenando —de ordinario— conductas disruptivas.

Las formas de comunicación actuales —vía móvil, whatsapp, redes sociales, internet— con respuesta inmediata, así como algunas formas de ocio de hoy en día —las consolas con infinidad de juegos interactivos—

son reclamos continuos de la atención de los jóvenes y adolescentes, que favorecen su distracción. De hecho, no deja de sorprender que gran parte de la falta de atención en las aulas sea motivada por cambios en los hábitos de los estudiantes, *nativos digitales*.

Por otro lado, no podemos olvidar a los alumnos con trastornos de déficit de atención con o sin hiperactividad, como por ejemplo es el TDAH (Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad). Son alumnos que en sus aprendizajes necesitan unas pautas específicas —organizativas y metodológicas— enfocadas a sus necesidades educativas. No es nuestro propósito ahondar aquí en este tema.

### **Cómo despertar y reforzar la atención en el aula**

La buena noticia es que la capacidad de atención —fundamental para el aprendizaje— se puede reforzar. En este sentido, el papel del profesor en el aula es decisivo. Le va a exigir una comunicación más directa e interactiva. Según algunos autores, el período de atención sostenida del alumno es entre 10 y 20 minutos. ¿Qué vías o estrategias tiene el profesor para mejorar la capacidad de atención de los alumnos? Sin lugar a dudas esta es una cuestión fundamental para el profesor.

Una vía altamente efectiva para estimular la atención de los estudiantes es suscitar la curiosidad. A los seres humanos —destaca Francisco Mora, profesor de Neurociencia— nos cuesta reflexionar porque hacerlo requiere un esfuerzo. Sin embargo, somos curiosos por naturaleza. Lo que queremos decir es que el docente puede aprovechar que los alumnos son *curiosos por naturaleza* para despertar su atención. Por ejemplo, iniciar la clase con "una pregunta *provocadora* relacionada con un problema real" es una estrategia en esa dirección. "El inicio de la clase —apunta Mora— debería despertar el interés, en la mitad de la misma se podría facilitar la reflexión a través del trabajo cooperativo y utilizar el final para repasar lo prioritario". En definitiva, se trata de utilizar la curiosidad en el aprendizaje.

Una segunda vía o estrategia es el hacer uso de la *variedad*. La variación estimula el interés. Cierto. En este sentido Mora —citando a Jensen y Snider— sugiere intercalar en la exposición que hace el profesor, ejemplos, historias, metáforas, actividades que requieran analizar diferencias. En definitiva, intercalar elementos —que por el cambio y la novedad que llevan asociados— capten la atención del alumno y la activen.

Finalmente, Mora —citando a Davidson y a Boyatzis— destaca los efectos beneficiosos que las emociones positivas tienen sobre la atención y en consecuencia en el aprendizaje. Los elogios adecuados al alumno, es decir, por una mejora en el esfuerzo o en el rendimiento; la sonrisa y la mirada del profesor; el enfoque del docente centrado más en comentarios positivos que en los déficits y errores del alumno, son estrategias que provocan emociones positivas en los alumnos. Se trata de una cuestión de actitud por parte del profesor.

Otra vía que proponemos para avivar la atención de los jóvenes estudiantes, es mediante *la escucha* atenta y profunda del profesor a los alumnos. Todos los profesores en más de una ocasión nos hemos quejado de la falta de escucha de nuestros alumnos, es decir, la falta de interés por lo que dice el profesor. La inatención lleva a los alumnos a una pérdida importante de la información. Escuchar y crear en el aula un clima que favorezca la escucha mutua profesor-alumno-profesor, es una vía excelente para paliar la creciente falta de atención en las aulas. Se trata de escuchar para despertar la atención de los alumnos. Parafraseando a los investigadores Rogers y Farson, la buena escucha "provoca cambios en la vida de los demás", pues crea conexiones con las personas a las que se quiere ayudar. El primero que ha de saber escuchar es el profesor. Si el profesor no sabe escuchar, le será imposible enseñarlo a sus alumnos. El primer paso tiene que darlo el profesor. No se trata únicamente de una serie de estrategias externas para que el alumno perciba que el profesor le está dedicando un tiempo, valioso, escuchándole o pareciendo que lo hace. La buena escucha del profesor sobre todo pone atención en lo que el alumno *siente* —que probablemente el alumno no lo pronuncia—, hecho que no pasa desapercibido al joven estudiante. La buena escucha genera confianza y cercanía, y despierta la atención.

Los mejores profesores no solo transmiten conocimientos, sino que además transmiten emociones: ganas de aprender, de trabajar bien, de ser mejor persona. Los mejores profesores despiertan la atención de sus alumnos con una docencia que, además, del conocimiento tiene en cuenta qué les interesa a sus alumnos, qué les gusta, qué les hace sufrir. Una docencia precedida por una atenta escucha del profesor a sus alumnos cambia por completo el ambiente del aula.

Se trata pues de saber empatizar con los alumnos, esto es, saber *ponerse en sus zapatos*. Dicho con otras palabras, descubrir su sentir, aceptarlo y respetarlo. A nuestro modo de ver, es entonces cuando el profesor habla en unos términos que al alumno le interesan y este pone mucha más atención en lo que dice el profesor.

Pero, ¿es suficiente saber escuchar a los alumnos, contar con la curiosidad, la variación y las emociones para despertar la atención de los alumnos? Todas esas estrategias parecen excelentes, pero a nuestro modo de ver son todavía insuficientes. ¿Qué más hace falta? Hace falta que el profesor logre convertirse en un *testimonio real* de lo que dice y de lo que enseña. Que la materia que enseña le guste con pasión y que él sepa contagiar su entusiasmo a sus alumnos.

---

**María Rosa Espot** (Barcelona) es licenciada en Ciencias Biológicas por la Universidad Autónoma de Barcelona y doctora en Humanidades por la Universitat Internacional de Catalunya. Desde 1978 ha sido profesora en el Colegio La Vall en Bellaterra, Barcelona, España. Es autora de los libros *La autoridad del profesor. Qué es la autoridad y cómo se adquiere* (2006); en colaboración con J. Nubiola, *Aprender a divertirse* (2011), *Cómo tomar decisiones importantes* (2016) y *Alma de profesor. La mejor profesión del mundo* (2019). **Contacto:** [mrespot@la-vall.org](mailto:mrespot@la-vall.org)

**Jaime Nubiola** (Barcelona, 1953) es profesor de Filosofía en la Universidad de Navarra, España. Entre sus libros se cuentan *El taller de la filosofía*, *Pensar en libertad*, *Invitación a pensar*, y *Vivir, pensar, soñar*. Es director del *Grupo de Estudios Peirceanos*. **Contacto:** [jnubiola@unav.es](mailto:jnubiola@unav.es)